

**ЕЩЕ РАЗ О ГОТОВНОСТИ****ABOUT READINESS AGAIN**

*Аннотация.* Готовность — психическое состояние, иногда анализируемое как свойство личности, с чем автор не согласна, хотя уважаемые авторы понимания готовности как свойства личности обосновывают свою позицию весьма аргументированно.

В статье дифференцируются состояния психической и психологической готовности, приведены дефиниции термина в толковых, латинском, испанском и англо-русском словарях.

*Summary.* Readiness is a psychic state sometimes analyzed as a person` quality. The author is not agreeing to this concept. Estimated investigators considering readiness as a quality ground their position with logic argumentation. Psychic and psychological states differentiate in this article, definitions of readiness adduced in explanatory, Latin, Spanish and English dictionaries.

**Ключевые слова:** готовность, деятельность, психическое состояние, психологическое состояние, спортсмены, сотрудники силовых ведомств.

**Keywords:** readiness, mental state, psychological state, sportsmen, military men.

Силовые ведомства — достаточно закрытые структуры, в которых выполнение профессиональных обязанностей имеет строго регламентированный установленный порядок, они отделены от остального общества жесткой границей. В них стерты различия между частной и общественной сферами жизни, все виды деятельности полностью контролируются, что в целом обеспечивает их относительную автономию, их закрытость и «непрозрачность». Человек, включенный в деятельность силовых ведомств, становится частью автономно функционирующей системы, отвечающей за безопасность государства. Проблема поведения человека в особых условиях профессиональной деятельности актуальна для государственных органов, обеспечивающих национальную безопасность, так как военнослужащие и сотрудники этих ведомств несут службу в напряженных, параэкстремальных, а зачастую и экстремальных, условиях.

В классификации условий труда и обитания, в соответствии с силой и временем воздействия внешних и внутренних факторов, выделяют: оптимальные, параэкстремальные (греч. *para* — «около»), экстремальные (*extremum, i* — «край»), паратерминальные и терминальные (лат. *terminus, i* — «предел») условия. Параэкстремальные условия определяют незначительную мобилизацию функциональных резервов, вызывая оперативное напряжение. Экстремальные условия сначала провоцируют падение работоспособности и снижение ряда показателей функциональных резервов, сменяемое затем их общим ростом и,

наконец, перераспределением. Паратерминальные условия изменяют динамику указанных показателей — перераспределение функциональных резервов прекращается, и начинается их резкое падение. Переход к терминальным условиям труда и обитания при дальнейшем воздействии экстремальных факторов неизбежно ведет к летальному исходу [1, с. 18].

В целом вышесказанное демонстрирует динамику стресса по Г. Селье. Параэкстремальные условия — первая стадия — «шок и противошок», экстремальные условия — стадия повышенной (перекрестной) резистентности, паратерминальные и терминальные — стадия истощения — ее начало и летальный исход. Напомним, что стресс бывает двух видов: эв-стресс, повышающий психические, а порой и функциональные резервы, и ди-стресс, провоцируемый паратерминальными и терминальными условиями. Эустресс сочетается с желательным эффектом — активизируются психические процессы, эмоции имеют стенический характер [1].

По мнению А. Г. Маклакова, оптимальные условия — это то, к чему человек адаптировался в процессе эволюции, а условия, лежащие за пределами относительного оптимума, — это условия экстремальные [2]. В. Д. Небылицын экстремальными полагал условия существования, характеризующиеся измененной афферентацией, информационной структурой (ограничения личностно значимой информации), социально-психологическими ограничениями (одиночество, групповая изоляция — информационная истощаемость партнеров по общению, постоянная публичность), наличием фактора риска [3]. В. И. Лебедев описывал экстремальные условия как измененные, непривычные для человека, характеризующиеся воздействием ряда психогенных факторов. Далеко не все ситуации, требующие напряжения физиологических или психических резервов, относятся к экстремальным. Отличие экстремальных условий от оптимальных заключается в том, что воздействие психогенных факторов приводит к тому, что психофизиологические и социально-психологические механизмы, обеспечивающие адекватное отражение и деятельность человека, исчерпав все резервные возможности, перестают действовать. Граница, отделяющая обычные условия от экстремальных, определяется адаптационными возможностями личности [4].

Спорт является полигоном для анализа поведения человека в экстремальных условиях, ибо тренировочная, и тем более соревновательная деятельность спортсмена и тренера, который в большом спорте зачастую волнуется больше своего спортсмена, является экстремальной. В экстремальности особое место занимает состояние готовности к деятельности.

А. Ц. Пуни характеризует состояние боевой готовности спортсмена как синдром, содержащий: трезвую уверенность в своих силах, стремление упорно и до самого конца бороться за достижение соревновательной цели (нередко за победу), оптимальный уровень эмоционального возбуждения, высокую

помехоустойчивость против сбивающих внешних и внутренних влияний, способность произвольно управлять своими действиями, мыслями, чувствами, поведением в целом и наряду с высокой тренированностью, представляющий собой состояние спортивной формы [5]. Уточним, что оптимальным должен быть не только уровень эмоционального возбуждения, но оптимально должны функционировать и гностические и особенно волевые процессы, обеспечивающие успешность выполнения соревновательной деятельности, при снижении уровня функционирования других, в ней не значимых.

Физическая готовность — «определенное физическое состояние, обеспечивающее высокую работоспособность, характеризующуюся соответствующим физическим развитием...» курсантов [6]. Однако без готовности психологической — временно возникающего активно-действенного психического состояния (фоне протекания психических процессов), характерного для определенного момента времени, мобилизации нужных для выполнения деятельности психических функций при снижении уровня функционирования других, в конкретной деятельности не значимых, обеспечиваемого эмоционально-волевой устойчивостью и должным уровнем сформированности профессиональных знаний, навыков и умений [7]. В стрессогенных ситуациях готовность проявляется в адекватном психологическом реагировании на изменения условий деятельности. К примеру, К. К. Платонов констатирует, что «психологическая готовность летного состава к выполнению определенных задач летной деятельности — это такая степень развития и мобилизации способностей у каждого члена экипажа, которая обеспечит успешное выполнение летных заданий» [8].

В психологии готовность обычно рассматривается как особое длительное или кратковременное психическое состояние, отражающее содержание стоящей задачи и условия предстоящего ее выполнения, хотя в военной психологии встречаются трактовки готовности и как качества личности [9].

Психическая готовность — состояние психики военнослужащего, соответствующее требованиям современного боя и позволяющее успешно выполнять боевые задачи применительно к его боевому предназначению [10].

Существует два подхода к пониманию готовности:

– Личностный, рассматривающий готовность как единство способностей, личностных свойств и качеств, обеспечивающих эффективность деятельности. На последнее влияет и система мотивов, и установок, и профессионально важных качеств.

– Функциональный, рассматривающий готовность как ситуативное состояние, в котором человек способен мобилизовать и настроить необходимые физические и психические ресурсы для успешной реализации деятельности. Констатируем, что по отношению к деятельности готовность выступает условием ее эффективной реализации.

К. К. Платонов заложил наиболее полную основу для изучения понятия «готовность» как свойства личности. В ее структуре он выделил три взаимосвязанные стороны: качества, определяющие моральную готовность (социальная сторона личности); психологическую готовность (индивидуальные особенности личности и ее психические процессы); профессиональную готовность (знания, навыки, умения личности и приобретенный опыт) [11]. С нашей точки зрения, это скорее психологическая надежность, нежели готовность.

Мы придерживаемся второй точки зрения, ибо «всегда готов» был только юный пионер. Состояние менее динамично, чем процесс, но не может быть постоянным. Действительно, многократно повторяющееся состояние может стать свойством личности. Именно поэтому считается, что профессиональная деятельность сотрудников силовых ведомств — это готовность действовать в боевых условиях и по обстановке с осознанием того, что не будет возможности полного удовлетворения всех потребностей. Из приведенной формулировки следует, что речь идет о свойстве, а не о состоянии. Думается, правильнее говорить о способности к мобилизации резервов как психических, так и функциональных, поэтому следует формировать специальные возможности организма стойко переносить трудности, сопряженные с усталостью, ненормированным графиком, трудными погодными условиями, неполноценным отдыхом, возможно, нерегулярным питанием. И именно этому следует обучать сотрудников.

По мнению В. Д. Шадрикова, существенными элементами готовности к профессиональной деятельности определяются: установки, мотивы, ценностные ориентации, интересы и убеждения [12]. Эти компоненты в совокупности с физиологическими характеристиками обеспечивают устойчивость активности человека по отношению к деятельности и успешную реализацию своего потенциала независимо от складывающейся ситуации.

Решающим элементом в определении готовности сотрудника силовых ведомств к выполнению своих непосредственных обязанностей является принятие личностью ценностей профессии, готовности к деятельности в условиях высокого напряжения как физических, так и эмоциональных сил, способности к сопротивлению в неблагоприятных условиях обстановки.

Отметим, что понятие «готовность» в словарях трактуется по-разному. Так, в «Большом психологическом словаре» представлена статья: «Готовность — состояние мобилизации всех психофизиологических систем человека, обеспечивающих эффективное выполнение определенных действий...» [13, с. 112].

В словаре В. И. Даля есть глагол «готовить», толкуемый как «запасать, готовить, стряпать», и возвратной глагол «готовиться» — «собираться, снаряжаться». Там же прилагательное «готовый» со значениями — «приспособившийся, могущий» и «желающий, что исполнять». Слово «готовность» — состояние или свойство готового (приготовленного) [14, с. 387]. Интересно то,

что готовность определяется как состояние, хотя в контексте приведенных примеров, не человека, но предмета.

Педагогический энциклопедический словарь раскрывает понятие «готовность к школьному обучению» следующим образом: «определенный уровень морфофункционального и психического развития... от которого зависит успешность и эффективность обучения... интегральная характеристика, включающая определенный уровень состояния здоровья и физического развития, личностное развитие (самосознание, самооценка, мотивация), интеллектуальное и речевое развитие, развитие моторных функций и слухомоторных координаций и др. ...» [15, с. 56].

«Большой толковый словарь русского языка» слово «готовность» трактует как производное от прилагательного «готовый». Во втором значении как «согласие сделать что-л.» [16, с. 223]. В целом эта словарная статья совпадает со статьей из словаря В. И. Даля. В том же втором значении дается пояснение — «склонность, психологическая настроенность на что-л.». Подчеркнем, что склонность — это предпосылка развития способностей, в то время как психологическая настроенность — это скорее состояние.

Интересно, что латинское *prae-paro, avi, atum, are* — «готовить (суда), подготавливать (войну)» имеет явно военную направленность и к приготовлению пищи, как у В. И. Даля, отношения не имеет. Существительное *praeparation, onis* — «приготовление, подготовка» — варианта готовность не имеет [17, с. 799, с. 336].

На испанский язык готовность переводится как *preparación* и *disposición* (желание сделать что-л.), подготовка — *preparación, disposición*, от латинского *dis-pono, posui, positum, ere* — расставлять (стражников), ...планировать; *disposition, onis* — расположение, ...военная организация, ...завещание — очень далеко от готовности, но связано с воинской службой.

«Большой англо-русский словарь» [18, с. 247, с. 306] глагол *to prepare* переводит как «подготавливать, готовить» (в том числе и пищу), существительное *preparation* — «приготовление, подготовка» и *preparedness* — «готовность, подготовленность», прилагательное *prepared* — «готовый, подготовленный». Кроме того, есть словосочетание *to be ready* — «быть готовым сделать что-л., проявлять готовность сделать что-л.»; существительное *readiness* — «подготовленность, готовность, желание». Подчеркнем, что, с нашей точки зрения, подготовленность и готовность синонимами не являются, готовность в этом контексте выступает реализацией подготовленности [7, с. 19–26].

В спортивном соревновании, в боестолкновении побеждает сильнейший — «*primus inter pares*» — лучше подготовленный, при прочих равных — психологически готовый победить.

Без достаточного уровня профессиональной подготовленности готовность

не реализуема, но подготовленностью как результатом подготовки готовность не исчерпывается. Психологическая готовность — это избирательная прогнозирующая активность на стадии подготовки, настраивающая организм, личность на будущую деятельность.

Важной составляющей готовности к деятельности, особенно в параэстремальных и экстремальных условиях, являются волевые качества. По механизму переноса навыка «работает» и механизм переноса качеств, если они сформированы. Развитые волевые качества обеспечивают эмоционально-волевою устойчивостью — еще одну значимую составляющую готовности как состояния мобилизованности на выполнение задач по предназначению.

Считаем более корректным использование термина «психологическая готовность», так как он значительно шире и охватывает как психические, так и личностные качества.

1. Марищук В. Л., Евдокимов В. И. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса. СПб. : Сентябрь, 2001. 260 с. [Вернуться к статье](#)
2. Маклаков А. Г. Психология и педагогика. Военная психология : учебник для вузов / под ред. А. Г. Маклакова. СПб. : Питер, 2005. 464 с. [Вернуться к статье](#)
3. Небылицын В. Д. Избранные психологические труды. М. : Наука, 1990. 308 с. [Вернуться к статье](#)
4. Лебедев В. И. Личность в экстремальных условиях. М. : Политиздат, 1989. 303 с. [Вернуться к статье](#)
5. Пуни А. Ц. Очерки психологии спорта. М. : ФиС, 1959. 308 с. [Вернуться к статье](#)
6. Теория и организация физической подготовки войск : учебник для курсантов и слушателей института / под ред. Л. А. Вейднер-Дубровина. Изд. 4-е, перераб. и доп. Ленинград : Воен. дважды Краснознаменный ин-т физ. культуры, 1980. 385 с. [Вернуться к статье](#)
7. Марищук Л. В. Подготовленность и готовность // Проблемы психологического обслуживания в спорте высших достижений : материалы I Междунар. науч. конф., Ереван, 23–26 окт. 2017 г. Ереван : ЕГИФК, 2017. С. 19–26. [Вернуться к статье](#)
8. Платонов К. К. Проблемы способностей. М. : Наука, 1972. 312 с. [Вернуться к статье](#)
9. Зильберман П. Б. Эмоциональная устойчивость оператора // Очерки психологии труда оператора / под ред. Е. А. Милеряна. М. : 1974. С. 69–87. [Вернуться к статье](#)
10. Теория и организация физической подготовки войск : учебник / под ред. В. В. Миронова ; изд. 6-е. СПб. : Воен. ин-т физ. культуры, 2006. 594 с. [Вернуться к статье](#)
11. Платонов К. К. Структура и развитие личности. М. : Наука, 1986. 254 с. [Вернуться к статье](#)
12. Шадриков В. Д. Психология деятельности и способности человека : учеб. пособие / 2-е изд., перераб. и доп. М. : Логос, 1996. 320 с. [Вернуться к статье](#)
13. Большой психологический словарь / сост. и общ. ред. Б. Мещеряков, В. Зинченко. СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. 672 с. [Вернуться к статье](#)

14. Даль В. И. Толковый словарь живого русского языка : в 4 т. СПб. : ТОО Диамант, 1998. Т. 1 : А–З. 800 с. [Вернуться к статье](#)
15. Педагогический энциклопедический словарь / гл. ред. Б. М. Бим-Бад ; редкол.: М. М. Безруких [и др.]. М. : Большая Российская энциклопедия, 2003. 528 с. [Вернуться к статье](#)
16. Большой толковый словарь русского языка / сост. и гл. ред. С. А. Кузнецов. СПб. : Норинт, 1998. 1536 с. [Вернуться к статье](#)
17. Дворецкий И. Х. Латинско-русский словарь. Около 50 000 слов. Изд. 2-е, перераб. и доп. М. : Рус. язык, 1976. 1096 с. [Вернуться к статье](#)
18. Большой англо-русский словарь. В 2 т. / под общ. руковод. д-ра филол. наук, проф. И. Р. Гальперина. Изд. 2-е, стер. М. : Русский язык, 1977. Т. II. 863 с. [Вернуться к статье](#)